

НОД в старшей группе «Главный моторчик нашего организма»



ВОСПИТАТЕЛЬ МАДОУ ЦРР Д/С № 131
БОГАЧЕВА Е.И.



Цель:

Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма и разъяснить роль вен и артерий в работе сердечно–сосудистой системы.

Задачи:

- Обучать правилам сохранения здорового сердца, смоделировать работу "сильного" тренированного сердца и "слабого" нетренированного.
- Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы, устанавливать логические связи.
- Вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.
- Формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений и игр для работы и сохранения здорового сердца.



Все люди не похожи друг на друга, но у всех людей одинаковое строение организма. Из каких же частей состоит тело человека?



Эмоциональный настрой. Игра «Покажи, что назову»

Быть у каждого должна очень умной голова.
Я верчу ей, как умею, голова сидит на шее.
Животик, спинка, грудь, их вместе всех зовут-
туловище.

Съел еду я всю, и вот мой живот наполнился.
На прогулке не забудь закрывать от ветра грудь.
Руки чтоб ласкать, трудиться, воды из чашечки
напиться.

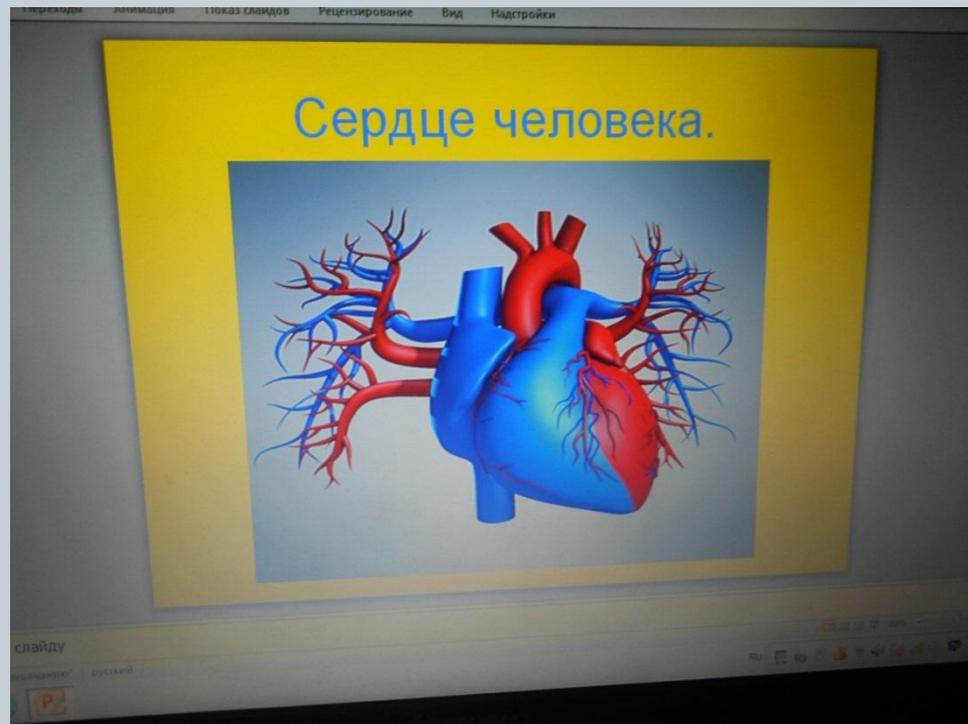
На руке сидят мальчики, очень дружные пальчики.
Бегут по дорожке очень резвые ножки.
Спотыкнулся через Генку и ушиб себе коленку.



Молодцы! А сейчас мы поговорим с вами об очень важном органе нашего организма.
А называется он ... Я, кажется, забыла, как он называется. Вы должны мне помочь.



Отгадайте загадку:
Холодное, но не космос,
Горячее, но не пламя,
Ему не хочется покоя.
Стучит оно в груди тук – тук – тук.





Теперь мы знаем, что это сердце. Давайте послушаем, как бьются ваши сердечки.

– А как вы узнали, где нужно слушать биение?

– Проговорите, как оно стучит.

Песенка сердца – тук–тук–тук.

Прохлопайте, как бьется сердце по нотам (показ ритмического рисунка по нотам)

– А если вы волнуетесь? "тук, тук, тук, тук"

– Если вы испугались? "тук – тук – тук" Поэтому и говорят, "выскочит сердце от испуга".

Ритмический рисунок по нотам.

– А еще биение сердца можно определить по пульсу.

Пульс прощупывается на запястье (до занятия на место прощупывания пульса заранее делается метка красным маркером) Найдите у себя пульс. Что вы чувствуете? (ТОЛЧКИ). Так бьется ваше сердце.

– Как узнает врач биение вашего сердца? Существует аппарат – фонендоскоп, через который можно услышать удары сердца. Еще раз проговорите, как называется этот прибор?



– Как вы думаете, где находится сердце? (в левой стороне груди). Сердце – плотный мышечный мешочек. Размер сердца взрослого человека, малыша и старого человека разный. Сожмите кулачок. Вот такого размера ваше сердце. А вот какое сердце у меня. А почему же мы его не видим, как глаза, уши, нос? Это внутренний орган, то есть находится он внутри нашего тела. Защищает его грудная клетка, кожа, мышцы.



Игра "Расположи правильно сердце".

Цель: уметь правильно находить расположение сердца.

– Представим, что Илюша и Лера стали прозрачными. (Надеваем фартуки из полиэтилена). Теперь мы с вами можем увидеть сердце. Где оно находится? Попробуйте сами определить и наклеить бумажное сердечко.

– Молодцы, вы меня радуете. А знаете ли вы, каким бывает сердце?



Игра « Какое бывает сердце" (с мячом).

Цель: умение правильно подбирать и различать прилагательные к слову « сердце», обозначающие «хорошо» или «плохо», то есть положительные и отрицательные качества. Тот, кому я брошу мяч, скажет: «Какое бывает сердце?» Все остальные ребята поднимают карточки: красные, если это «хорошо», зеленые, если это «плохо». Какое сердце у вашей мамы?





Фантазирование.

Покажите героя с добрым сердцем. (Со злым сердцем.)

Физкульт минутка

Начинаем бег на месте веселее, дружно, вместе.

1-2-3-4-5 никому нас не догнать.

1-2-3-4 бегаем по всей квартире.

1-2-3-4-5-6 надо всем на место сесть.

Уф, устали. Давайте теперь прослушаем наш пульс.



Просмотр презентации «Наше сердце»



Что же нужно делать, чтобы сердце было здоровым? Правильно, заниматься физкультурой, тренировать сердце.

Вы знаете, что сердце нужно беречь. А каким образом? Какие же правила надо выполнять, чтобы сохранить здоровое сердце.

Сформулируем правила вместе:

- 1-Занимайся физкультурой (утренней гимнастикой, ритмической, пальчиковой)
- 2-Выполняй дыхательные упражнения
- 3-Больше двигайся на свежем воздухе
- 4-Хорошо питайся, ешь фрукты и овощи
- 5-Заботься о зубах
- 6-Больше ходи по узкой дорожке с закрытыми глазами
- 7-Носи удобную одежду
- 8-Имей доброе сердце и хорошее настроение

Песня о хорошем настроении

Рано утром детский сад всех детей встречает,
Там игрушки ждут ребят, в уголке скучают.

Ты по- доброму, очень весело улыбнись,

Всем, кто хмурится, своей радостью поделись.

Если вы будете соблюдать эти правила, то сердце у вас будет хорошо работать и не будет болеть. В заключении дарю сердечки, чтобы помнили о сердце и берегли его, а чтоб здоровья прибавилось, выпейте сока.

